

Clínica pediátrica v. De diabetes para adultos

Muchos adultos jóvenes con diabetes tipo 1 no se sienten preparados para la transición de la clínica de diabetes pediátrica a la de adultos. Algunos adultos jóvenes están sorprendidos por los diferentes “sentimientos” entre la clínica pediátrica y la de adultos. Después de tantos años con el mismo médico, la clínica para adultos puede sentirse menos personal, más grave o tener un mayor énfasis en las complicaciones de la diabetes. Si bien las clínicas pediátricas están diseñadas para ser educativas y orientadas a la familia, las clínicas para adultos pueden sentirse mucho más “médicas”.

Otro desafío es que la transición de la clínica de diabetes pediátrica a la de adultos a menudo ocurre cuando los adultos jóvenes se han mudado de casa por primera vez y se sienten abrumados y vulnerables. Además, la responsabilidad de programar citas, tratar con la compañía de seguros y posiblemente pagar la atención ahora recae en usted.

Mientras abraza nuevas libertades y experiencias en otros aspectos de su vida, su control de la diabetes (y todo lo que requiere) puede sentirse como una carga, especialmente si ha perdido la estructura y el apoyo que tenía cuando vivía en su hogar.

¿Qué hacer? La buena noticia es que con la preparación adecuada, el proceso puede ser más fluido.

No haga demasiados cambios a la vez

Intente permanecer con su equipo de diabetes pediátrica hasta que esté listo para la transición. Tómese este tiempo para conocer su póliza de seguro, cómo y dónde obtener recetas y cómo programar citas. Los [Programa Nacional de Educación en Diabetes](#) tiene una lista de verificación que puede usar para guiar su transición de la atención pediátrica a la atención de adultos.

Apoyo personal

Aunque eres un adulto, no significa que no puedas pedir ayuda. Póngase en contacto con su equipo de atención de diabetes pediátrica para obtener asesoramiento. Si ya ha realizado la transición a la clínica de diabetes para adultos, pero no se siente cómodo con su nuevo médico, busque otro que sea más adecuado para usted. Pídale una referencia a su médico de diabetes pediátrico.

Apóyate en padres y amigos que ya conocen tu diabetes tipo 1. Mientras tanto, trabaje en la construcción de una red de amigos que tengan el tipo 1 y puedan empatizar con lo que está pasando. Si se siente solo, comuníquese con grupos del campus como el [Red de diabetes universitaria](#) o [Estudiantes con diabetes](#). Si está trabajando, comuníquese con el capítulo

Clínica pediátrica v. De diabetes para adultos

local de [JDRE](#) or [ADA](#), quienes a menudo tienen eventos sociales y otros eventos para adultos jóvenes.

Recursos en línea, tecnología y otras fuentes de apoyo

Si no tiene una red de soporte local, considere grupos en línea como [Gluo](#) sitios web como [Más allá del tipo 1](#).

Si le preocupan los mínimos nocturnos, hable con su médico sobre el uso de un [CGM con tecnología share](#) para que tus padres, un amigo o un compañero puedan recibir alarmas si bajas la noche. O hable con su médico sobre el uso de uno de los [bombas de insulina más nuevas que pueden suspender la administración de insulina si está bajo de noche](#) y caen por debajo de un objetivo específico.

Finalmente, si se siente abrumado o agotado, hable con su médico acerca de una derivación para recibir asesoramiento. De vez en cuando, todos necesitamos un poco de ayuda adicional.

Actualizada 2/17/19

Recomendada

[Tu hijo, el médico de tu hijo y tú](#)

[Miedos comunes de los padres de adultos jóvenes](#)

[Compartir responsabilidad](#)

[Diabetes y Seguros](#)

[Sharing Data with Your Clinic](#)

Fuentes

Clínica pediátrica v. De diabetes para adultos

NDEP: [El Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes proporciona una lista de verificación de planificación sobre qué hacer para prepararse para la transición a la clínica para adultos.](#)

CDN: [College Diabetes Network ofrece algunas preguntas comunes y pasos de acción para la transición a la clínica para adultos.](#)